

Утверждаю
 Директор МБОУ «Турмышская СОШ»

Николаева С.В.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
 на 7 декабря 2022 года

Неделя 1 День 4				
Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность
Возрастная категория: 7-11 лет				
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	250	12,23	172,00
	Бутерброд с сыром	30/15/5	13,70	125,11
	Какао с молоком	200	7,20	157,00
	Яблоки свежие	100	8,80	47,00
Итого			41,93	501,11
Обед	Помидоры свежие порциями	60	6,60	16,32
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	12,80	79,00
	Плов из птицы	200	34,56	386,40
	Компот из свежих плодов	200	5,37	109,00
	Хлеб пшеничный	20	1,36	46,76
	Хлеб ржаной	40	2,66	91,96
Итого за обед			63,35	729,44
Итого за день			105,28	1230,55
Возрастная категория: 12 лет и старше				
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	300	14,68	180,00
	Бутерброд с сыром	30/15/5	13,70	157,00
	Какао с молоком	200	7,20	125,11
	Яблоки свежие	100	8,80	47,00
Итого			44,38	509,11
Обед	Помидоры свежие порциями	100	8,48	27,2
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	15,92	93,00
	Плов из птицы	250	39,03	399,33
	Компот из свежих плодов	200	5,37	109,00
	Хлеб пшеничный	30	2,00	70,14
	Хлеб ржаной	60	3,31	137,94
Итого за обед			74,11	836,61
Итого за день			118,49	1345,72

Утверждаю
 Директор МБОУ «Турмышская СОШ»

Николаева С.В.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

на 2 декабря 2022 года

Неделя 1 День 5				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность
Возрастная категория: 7-11 лет				
Завтрак	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом	220/5	13,32	261,77
	Яйцо отварное	40	8,60	62,84
	Кофейный напиток с молоком	200	7,31	100,60
	Хлеб пшеничный	40	2,67	93,52
Итого			31,90	518,73
	Салат из белокочанной капусты	60	4,65	53,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	13,70	117,00
	Жаркое по-домашнему	200	38,54	302,28
	Чай с лимоном	200	3,29	59,00
	Хлеб пшеничный	20	1,36	46,76
	Хлеб ржаной	40	2,66	91,96
	Итого за обед			64,2
Итого за день			96,10	1188,73
Возрастная категория: 12 лет и старше				
Завтрак	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом	250/10	18,61	318,00
	Яйцо отварное	40	8,60	62,84
	Кофейный напиток с молоком	200	7,31	100,60
	Хлеб пшеничный	50	3,33	116,90
Итого			37,85	598,34
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	11,05	88,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/5	10,87	146,00
	Жаркое по-домашнему	250	40,42	301,52
	Чай с лимоном	200	3,29	59,00
	Хлеб пшеничный	30	2,00	70,14
	Хлеб ржаной	60	3,31	137,94
Итого за обед			70,94	802,60
Итого за день			108,79	1400,94

Утверждаю
 Директор МБОУ «Турмышская СОШ»

Николаева С.В.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
 на 28 ноября 2022 года



Неделя 1 День 1				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность
Возрастная категория: 7-11 лет				
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200/5	12,00	257,9
	Яйцо отварное	40	8,00	62,84
	Сыр порциями	20	10,00	71,66
	Кофейный напиток с молоком	200	6,00	100,6
	Хлеб пшеничный	40	2,48	93,52
Итого			38,48	586,52
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	3,51	54,00
	Суп картофельный с горохом	200	12,82	118,00
	Птица тушенная в сметанном соусе	90(50/40)	29,44	197,00
	Макаронные изделия отварные	150	8,92	271,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	7,06	95,00
	Хлеб пшеничный	20	1,36	46,76
	Хлеб ржаной	40	2,66	91,96
Итого за обед			65,77	873,72
Итого за день			104,25	1460,24
Возрастная категория: 12 лет и старше				
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	250/10	15,55	327,09
	Сыр порциями	30	15,00	107,49
	Яйцо отварное	40	8,00	62,84
	Кофейный напиток с молоком	200	6,00	100,60
	Хлеб пшеничный	50	3,32	116,90
Итого			47,87	714,92
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	5,85	88,00
	Суп картофельный с горохом	250	16,03	147,00
	Птица тушенная в смет. соусе	100(60/40)	32,71	199,00
	Макаронные изделия отварные	180	10,70	253,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	7,66	116,00
	Хлеб пшеничный	30	2,00	70,14
	Хлеб ржаной	60	3,32	137,94
Итого за обед			78,27	1011,08
Итого за день			126,14	1726,00

Утверждаю
 Директор МБОУ «Турмышская СОШ»
 Николаева С.В.



МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД на <u>29 ноября</u> 2022 года				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность
Возрастная категория: 7-11 лет				
Завтрак	Каша молочная пшеничная с маслом	200	12,54	251,03
	Яблоки свежие	100	8,80	47,00
	Какао с молоком	200	4,32	114,60
	Хлеб пшеничный	40	18,00	235,00
Итого			43,66	647,63
Обед	Салат из моркови с яблоками	60	3,60	49,00
	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	12,81	89,00
	Тефтели рубленые с соусом	90(60/30)	29,09	197,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,82	271,00
	Чай с фруктовым соком	200	5,50	95,00
	Хлеб пшеничный	20	1,36	46,76
	Хлеб ржаной	40	2,66	91,96
Итого за обед			64,84	839,72
Итого за день			108,50	1487,35
Возрастная категория: 12 лет и старше				
Завтрак	Каша молочная пшеничная с маслом	210	13,17	347,58
	Яблоки свежие	100	8,80	47,00
	Какао с молоком	200	4,32	114,60
	Хлеб пшеничный	50	19,00	235,00
завтрак			45,29	744,18
Обед	Салат из моркови с яблоками	100	4,20	82,00
	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250/5	16,24	107,00
	Тефтели рубленые с соусом	105(70/35)	33,15	238,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,78	325,00
	Чай с фруктовым соком	200	5,50	95,00
	Хлеб пшеничный	30	2,00	70,14
	Хлеб ржаной	60	3,32	137,94
Итого за обед			76,194	1055,08
Итого за день			121,484	1799,26



Утверждаю
Директор МБОУ «Турмышская СОШ»
Николаева С.В.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

на 30 ноября 2022 года

Неделя 1 День 3				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность
Возрастная категория: 7-11 лет				
Завтрак	Бананы	200	15,20	286,87
	Пудинг из творога (запеченый) с молочным соусом	70/30	20,66	196,38
	Компот из смеси сухофруктов	200	4,00	192,00
Итого			39,86	483,25
Обед	Салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	3,60	52,00
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	12,37	113,00
	Рыба припущенная с соусом	90(50/40)	29,17	153,00
	Пюре картофельное	150	10,02	155,00
	Чай с молоком	200	5,50	86,00
	Хлеб пшеничный	20	1,36	46,76
	Хлеб ржаной	40	2,66	91,96
Итого за обед			64,68	697,72
Итого за день			104,54	1180,97
Возрастная категория: 12 лет и старше				
Завтрак	Пудинг из творога (запеченый) с молочным соусом	100/50	25,99	430,31
	Бананы	200	15,2	192,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	4,00	196,38
Итого за завтрак			45,19	818,69
Обед	Салат из квашеной капусты с растительным маслом	100	3,75	87,00
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	14,51	135,00
	Гуляш	100(60/40)	34,06	201,00
	Пюре картофельное	180	12,02	197,00
	Чай с молоком	200	5,50	86,00
	Хлеб пшеничный	30	2,00	70,14
	Хлеб ржаной	60	3,21	137,94
Итого за обед			75,054	914,08
Итого за день			120,24	1732,77